

Ruokavuodet | 1950-luku

Kuinka suomalaiset söivät 1900-luvulla?

Juttusarjan osat ovat: 1900–1940-luvut | 1950-luku | 1960–1970-luvut

| 1980–1990-luvut



Muna-sillileivät
Ota ranskanleivästä pyöreällä muotilla leipäsiä. Sivele voilla. Laita päälle keitettyä kananmunaa, silviipaleita (tai anjovista) ja tilliä. Sopii kahvipöytään suolaiseksi palaksi.

Mantelileivät,
bostonkaku,
rex-kakku ja
muna-sillileivät.

Sotien niukkuuden jälkeen pullat, kakut ja jälkiruoat maistuivat suomalaisille, samoin silavainen siankyylki.

ARJA HOPSU-NEUVONEN JA MILLÄ HÄRKÖNEN
KUVAT SARI TAMMIKARI/STUDIO PIQUANT



Ihanteena yltäkyläisyys

SUOMALAINEN RUOKAKULTTUURI KOKI SUURIA ja nopeita muutoksia sotien jälkeen. Taustalla olivat koko yhteiskuntaa koskevat ilmiöt: kaupungistuminen, naisten työssäkäynti ja elintason kohoaminen.

Sota-ajan ruokaniukkuudelle haettiin nyt vastapainoa. Yltäkylläisyyttä ihannoitiin. Perinteisistä makutottumuksista irtauduttiin, ja sellaiset ruoat kuten piimävelli jäivät unohduksiin.

Rasvasta, kermasta, sokerista ja lihasta tuli elintason mittareita ja niiden käyttö kasvoi räjähdysmäisesti. Pula-ajan säännöstelystä viimeisenä vapautui kahvi vuonna 1954. Kahvia joivat niin nuoret kuin vanhatkin kuppitolkulla päivittäin.

Vehnän kulutus ohitti rukiin kulutuksen ja ranskanleipää arvostettiin. Pullat, leivonnaiset ja jälkiruoat maistuivat suomalaisille. Arkisinkin haluttiin syödä makeaa kahvileipää.

Ravintoloissa jopa pääruoka-annokset koristeltiin makeilla säilykehedelmillä. Rasvainen liha oli haluttua ja kysytyin ravintolaruoka oli siankyljys.

Leivän ja perunan kulutus väheni. Toisaalta hedelmät ja vihannekset ke-

vensivät ruokavaliota ja toivat monipuolisuutta.

Ylensyöminen kostautui lihavuuden yleistymisenä. Vuosikymmenen jälkipuoliskolla alettiin lihavuutta vastustaa ja runsaasti energiaa sisältävien herkkujen syömistä vähennettiin.

Kahvikutsujen vuosikymmen

Marttojen Emäntälehdessä ravitseminen oli voimakkaasti esillä 1950-luvulla. Lehdessä muistutettiin järkevästä valinnoista ja esiteltiin ruoka-aineympyrän kuusi osaa, joita jokaista kehoitettiin käyttämään. Määristä ei puhuttu vielä mitään. Ruoka-ainevalikoima oli monipuolistunut ja uusia mausteita esiteltiin tuon tuosta. Muun muassa curry tuli suomalaisille tutuksi.

Emäntälehdessä tuonaikaiset ruokaohjeet ovat yllättävän lähellä nykypäivää. Ruokakuvia oli yhä enemmän juttujen ohessa. Ohjeista päätellen 1950-luvulla järjestettiin paljon kutsuja. Vuosikym-

menen lopulla vietettiin ravitsemuksen teemavuotta ja jokaisessa numerossa annettiin koko kuukauden ruokaohjeet sekä viikon ruokalistat. Muun muassa sianselkäpaistin kera tarjottiin ajan uutuuskasviksia parsakaalia, luumuja ja tomaatteja.

Tuoremehu lumosi vuonna 1958: ”Tuoremehu on jaloa juomaa, jota sopii käyttää yhtä hyvin juhlanakin kuin arkena.”

Oman osansa terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi teki Markus-setä, joka radio-ohjelmassaan kehoitti lapsia syömään kaurapuuroa.



Unelmalaite sähkövuoka

Sähkön käyttöönotto mullisti ruokailon hoitoa. Monissa kodeissa askaaroitiin 1950-luvulla jo sähkövalaistuksessa. Jääkaappien yleistymisen helpotti tuoreen lihan, kalan ja maidon säilytystä ja lisäsi niiden käyttöä. Sähköliesiäkin alkoi olla yhä useammassa kodissa.

Vuosikymmenen uutuuksia olivat höy-

Neekerinsuukot, Coca-Cola, Domino-keksit

1950-LUKU

- ▶ Kiiselistä suosikkijälkiruoka
- ▶ Lenkkimakkara-sana esiintyy ensimmäisen kerran painettuna
- ▶ Ruskea litran maitopullo ja puolen litran kermapullo käyttöön
- ▶ Raision Päivi-margariini, Paisto-paistinrasva ja Verraton-talousmargariini markkinoille

- 1950** ensimmäinen Pula-tyttö valitaan
- 1951** Brunbergin neekerinsuukot
- 1952** Jalostajan hernekeitto
- 1952** Coca-Cola Suomeen
- 1953** Domino-keksit
- 1957** Saarioisten maksalaatikko

Lähteet: Mäkelä, Palojoki, Sillanpää. Ruisleivästä pestoon. WSOY 2003. Sillanpää. Happamesta makeaan. Suomalaisen ruoka- ja tapakulttuurin kehitys. Gummerus 1999.

reseptit

Useimmat ohjeet ovat Marttojen keittokirjoista tai Emäntälehdessä. Alkuperäisiä ohjeita on muokattu nykykeittiöön sopiviksi: annoksia on pienennetty, jauhojen määrä ja paistolämpötiloja tarkennettu, raaka-aineiden nimikkeitä tarkistettu. Vanhoja mитоja on korvattu nykyisin käytettävillä, esim. kupin sijaan puhutaan desilitroista.

Kasvisvati

Emäntälehti 1958

Suurelle laakealle vadille pannaan keitettyjä kasviksia omiin ryhmiinsä. Keskelle vati sijoitetaan kaunis, valkea kukkakaali. Sen toiselle puolelle pannaan ryhmiin pieniä porkkanoita ja toiselle papuja. Samalle vadille sijoitetaan vielä eri puolille kukkakaalia, silpoherneitä, pieniä punajuuria ja parsakaalia. Kasvisvati herättää ruokahalua värikkyydellään ja on omiaan edistämään erilaisten kasvitena käyttöä.

Sienikastike

- 2 dl ryöpättyjä, pilkottuja sieniä (esim. kantarelleja)**
- 2 rkl margariinia tai voita**
- 1 rkl vehnä jauhoja**
- 4 dl ruokakermaa**
- ripaus valko- tai mustapippuria**
- ½ tl suolaa**

Paista sieniä pannulla tai padassa, kunnes niistä irronnut neste on haihtunut. Lisää jauhot ja hetken kuluttua kerma. Sekoita tasaiseksi ja anna kastikkeen kiehahtaa. Mausta kastike ja tarkista maku. (Ohje: Finfood)



Kasvisvati ja sienikastike

Sipatti



Kurpitsa-
vehnäleipä



Kuutamokiisseli



reseptit

Sipatti

Emäntälehti 1958

300 g saunapalvikinkkua
3 rkl voita tai margariinia
3 rkl vehnä jauhoja
5–6 dl maitoa
¼ tl valkopippuria
riipaus rouhittua mustapippuri
1 dl ruohosipulia
(suolaa)

Kuutioi kinkku ja kuullota kuutioita hetki rasvasa. Lisää vehnä jauhot ja sekoita, älä ruskista. Lisää maito hyvin sekoittaen. Anna kastikkeen hautua kymmenisen minuuttia. Mausta pippureilla ja ruohosipulisipulla. Lisää suolaa tarvittaessa. Tarjoa keitettyjen perunoiden ja salaatin kera.

Kuutamokiisseli

8 dl maitoa
1 dl sokeria
Suurustamiseen:
2 dl maitoa
4 rkl perunajauhoja
1–2 tl vaniljasokeria
pinnalle sokeria

Tarjoiluun: vadelmahilloa

Kuumenna maito ja lisää joukkoon sokeri. Tee suurus: sekoita kylmään maitoon perunajauhot. Lisää suurus ohue-na nauhana kuumen maidon joukkoon koko ajan sekoittaen. Sekoita, kunnes kiisseli alkaa saeta. Anna kiisselin pulpahtaa ja nosta kattila levyltä. Lisää vaniljasokeri ja ripottele kiisselin pinnalle sokeria kuortumisen estämiseksi. Jäähdytä ja tarjoa vadelmahillon kanssa. (Ohje: Finfood)

Iltamakkarat

Emäntälehti 1958

8 nakkia
Voitaikina:
100 g jauhoja
100 g voita tai margariinia
2 rkl vettä tai kermaa

Valmista voitaikina. Nypi jauhot ja rasva sekaisin.

Lisää joukkoon vesi tai kerma. Kaulitse taikina suorakaiteen muotoiseksi ja ota siitä taikina-pyörällä nauhoja.

Kuivaa nakit. Kiedo taikinanauha jokaisen nakin ympärille. Voit voidella nauhat munalalla. Paista makkaroita 225 asteessa 10–15 minuuttia. Tarjoa makkarat kuumin sinapin ja salaatin kanssa.

Saunasalaatti

Emäntälehti 1958

salaatinlehtiä
tomaattia
kukkakaalia
Kastike:
1 sitruunan mehu
½ tl suolaa
1 rkl sokeria
1 valkosipulin kynsi

Huuho salaatinlehdet ja jätä ne valumaan hetkeksi. Valmista kastike salaatikulhon pohjalle. Hienonna valkosipulin kynsi ja sekoita kaikki kastikkeen ainekset keskenään. Lohko kukkakaalin nuppuja kastikkeen sekaan ja marinoi niitä tunnin verran. Lisää kulhoon revityt salaatinlehdet ja lohkokut tomaatit. Tarjoa salaatti iltamakkaroitten kera.

SAMAAN AIKAAN

1950 Suomen väkiluku ylitti 4 miljoonaa
1950 Suomessa traktoreita 173 kpl
1950–53 Korean sota
1952 Helsingin olympialaiset
1952 Viimeinen sotakorvausjuna Neuvostoliittoon
1955 Suomi YK:n jäseneksi
1955 Suomi Pohjoismaiden liiton jäseneksi
1955 Ensimmäinen televisiolähetys Suomessa
1956 Porkkala palautetaan
1956 Urho Kekkonen presidentiksi
1956 Yleislakko
1957 Passipakko poistuu Pohjoismaiden väliltä
1958 Yöpakkaset
1958 Marttatalo valmistuu

<< (jatkoa sivulta 15)

rymehustin (1952), painekattila ja pakastearkku (1958). Painekattilassa haudutettiin esimerkiksi kaalipataa. Sähkövuoka oli monen naisen unelmalaite, jossa saattoi tehdä kakun tai makaronilaatikon ilman uunia. Jotkut miehetkin alkoivat viihtyä keittiössä.

Karjalaiset evakot toivat vaikutteita uusille asuinseuduilleen. Karjalanpiirakka levisi tehokkaimmin maan joka kolkkaan. Kulttuurien yhteentörmäyksiltäkään ei välttytty: kantäväestön mielestä karjalaisten arkiruoka oli liian hyvää ja juhlaruoka vaatimatonta.

Ruokaa piti edelleen kunnioittaa eikä ruokapöydässä puhuttu turhaan. Perunankuoria ei sopinut laittaa pöydälle, vaan niille oli varattu oma astia.

Lauantaina leivottiin

Eri puolilla Suomea ja eri yhteiskuntaluokissa syötiin hyvin samalla tavoin. Perunat ja kastike, laatikot ja keitot olivat arkiruokaa. Makkara- ja liharuokia oli entistä useammin tarjolla ja jälkiruokat olivat tavallisia myös arkiaterioilla. Sunnuntaisin ja juhlapäivinä syötiin paremmin kuin arkena; pyhäisin herkuteltiin esimerkiksi palapaistilla tai lihapullilla ja makaronilaatikolla, joka oli hydytetty munamaidolla.

Rex-kakkua tarjottiin hienoissa juhlissa, täytekakkua juhlapäivinä. Bostonkakku oli sunnuntain kahvipöydän herkku. Lauantai oli leipomispäivä ja lauantai-illasta alkoi viikon-

loppu, jolloin syötiin paremmin. Saunapäivinä lapset saattoivat saada limonadia.

Vaurastumisen myötä työväestön aamupalapöytään ilmestyi ranskanleivän seuraksi makkaraa. Lounas keventyi ja iltateriasta tuli päivän pääateria. Iltapäivällä nautittiin kahvia ja pullaa.

Elintarvikkeita ostettiin yhä enemmän ruokakaupoista, vaikka työväestö oli vielä suhteellisen omavaraista. Ylempään luokan vauraus heijastui ruoan sijasta kodin varusteluun.

Maaseudulla perinteet pitivät tiukemmin pintansa kuin kaupungissa, mutta keskiluokkaiset tavat alkoivat juurtua maallekin: esimerkiksi aamiaisella nautit-



Viikon ateriat (Emäntälehti, syyskuu 1958)

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMUPALA	- Ohrajauhoppuroa - maito - kahvia, teetä - voileipää	- Perunavelliä - voileipää - sienisalaattia - kahvia, teetä	- Viiliä - talkkunaa - kahvia, teetä - voileipää	- Graham-sämpylöitä - ruiskorppuja - juustoa, keit. kananmunaa - marmelaadia - kahvia, teetä	- Ohrahiutalevelliä - kahvia, teetä - voileipää	- Kaurapuuroa - maitoa - marmelaadia - voileipää - kahvia, teetä	- Viiliä - keit. kananmunia - sillisalaattia - voileipää - kahvia, teetä
PÄIVÄATERIA	- Perunoita - porkkana-raastetta + puolukkaa - lehtisalaattia - lasimestarin-sillia - raparperi-puuroa	- Perunoita - parsakaalia - vihreää kastiketta - kurkkua, tomaattia - uunipuuroa	- Perunoita - porkkana-muhennosta - sav.kinkkua - lehtisalaattia - ohrajauhovelliä	- Perunoita - lammaskaali-muhennosta - raparperi-piirakkaa	- Perunoita - punajuuri- pihvejä - kurkkua - kaurasuuri- marjapuuroa	- Perunoita - kasvispaistosta (vuoka) - lihaleikkelettä - marjoja	- Lindströmin pihvejä - kukkakaalia - piparjuuren kera - porkkanasuikaleita, perunoita, lehtisalaattia, tomaattia - paistettuja omenoita, vaniljakastiketta
ILTA-ATERIA	- Kesäkeittoa - imellettyä - ruismarjapuuroa	- Maksapaistia - porkkanoita - perunoita - maitokiisseliä - marjasosetta	- Perunoita - kukkakaalivuoka - kalakääryleitä - marjasalaattia	- Perunoita - paistettuja sieniä - pinaatti-muhennosta - vatkattua marjapuuroa - punaherukasta	- Kasvisvati - sienikastiketta - raparperikeittoa - korppuja	- Luukeittoa - marjamämmiä	- Pinaattivelliä - tähteitä

Bostonkakku



1951
Brunbergin
neekerin-
suukot



tiin kananmunia ja pullakahvit. Kaupasta ostettiin sokeria, kahvia, mausteita, kuivattuja hedelmiä ja riisiä juhlaruokia varten, mutta muuten oltiin hyvinkin omavaraisia. Omavaraisuutta arvostettiin; kotipuutarhasta saatiin vihanneksia, perunoita, marjoja ja omenoita.

Kouluruokailua varten perheet toimittivat kouluun marjoja lapsiluvun mukaan. Myös perunoita vietiin kouluun.

Ruokajuomien ykkönen oli maito, vaikka sen kulutus väheni vuosikymmen aikana. Pastöroitua ja pakattua kullutusmaitoa alkoi olla hyvin saatavilla. Viiliä hapatettiin vielä kotikonstein. Jääkaappien yleistyminen koitui maitokauppojen kohtaloksi.

Elintarvikevalikoima lisääntyi, mutta oli edelleen niukanlainen. Ulkomaisia siirtomaatavaroita oli jälleen saatavilla ja kaupan hyllyiltä löytyi banaaneja, appelsiineja, mausteita ja riisiä.

Puolivalmiita ruokia, kuten maksalaatikkaa ja verilettuja, alettiin maistella 1950-luvulla. Ne helpottivat työssäkäyvien naisten arkea. Einekset valmistettiin käsityönä ja siksi tuotantomäärät olivat pieniä.

Sodan jälkeisen nopean kehityksen ansiosta Suomi lukeutui jo 1950-luvun lopulla hyvinvointivaltioiden joukkoon. •

reseptit

Bostonkakku

2 ½ dl maitoa
25 g hiivaa
1 muna
1 dl sokeria
½ tl suolaa
1 rkl kardemummaa
noin 7 dl vehnäjauhoja
50–75 g voita tai margariinia

Täyte:
1 dl kermaa
25 g mantelirouhetta
1 rkl sokeria
4 rkl voita
2 tl vaniljasokeria

voiteluun muna
pinnalle mantelirouhetta
ja raesokeria

Ota kaikki aineet huoneenlämpöön. Liota hiiva kädenlämpöiseen maitoon. Lisää muna ja mausteet. Vaivaa vehnäjauhot taikinaan ja alusta kimmoisaksi. Lisää pehmenyt rasva taikinaan. Kohota taikina leiviniinan alla vedottomassa ja lämpimässä paikassa kaksinkertaiseksi. Valmista täyte vatkaamalla voimakkaasti kaikki ainekset tasaiseksi tahnaksi. Kauli kohonnut taikina ohueksi noin 50 x 50 cm:n levyksi ja levitä täytettä päälle. Kääri taikina rullalle ja leikkaa siitä 5–7 cm:n mitaisia paloja. Asettele palat pystyyn voideltuun tasapohjaiseen kakkuvuokaan. Anna kakun nousta vielä liinan alla.

Voitele kakku munalla. Ripottele päälle mantelirouhetta ja raesokeria. Paista uunin alaosassa 175 asteessa noin 40 minuuttia.

Rex-kakku

250 g kookosrasvaa
1 dl kaakaojauhetta
2 muna
3 dl tomusokeria
25 Paussi vanilja -keksejä

Vuoraa pitkänomainen vuoka muovikelmulla. Sulata kookosrasva mikrossa tai liedellä miedolla lämmöllä. Lisää kaakaojauhe rasvaan ja sekoita tasaiseksi. Vatkaa munat ja tomusokeri vaaleaksi vaahdoksi. Vatkaa hieman jäähtynyt kookosrasva muna-sokerivaahdon joukkoon.



Mantelileivät

5 muna
250 g fariinisokeria
7 dl vehnäjauhoja
1 tl leivinjauhetta
1,5 dl mantelirouhetta

Vaahdota munat ja fariinisokeri. Lisää vaahtoon jauhot, joihin on sekoitettu leivinjauhe, ja mantelirouhe. Nostele kahdella lusikalla taikinasta pellille pieniä kakkuja. Paista 200 asteessa vaaleanruskeiksi, 10–15 minuuttia. Mietoja ja kovia kakkuja voi vaikka kastaa kahvikuppiin.

Levitä vuolan pohjalle kerros suklaatahnaa ja laita sen päälle kerros keksejä. Levitä kekseiden päälle suklaatahnaa ja sen päälle uusi kerros keksejä. Jatka näin, kunnes kaikki ainekset on käytetty. Päällimmäiseksi tulee suklaatahna-kerros. Sivele myös kakun reunat suklaatahnaalla. Anna kakun vetäytyä jääkaapissa vähintään tunnin ajan. (Ohje: Dansukker)